



TEAM

1. Waarom ben je 's avonds 1 tot 2 cm kleiner dan 's ochtends?

1. Mijn spieren zijn vermoeid na een zware dag.
2. Mijn tussenwervelschijven hebben een deel van hun waterinhoud verloren in de loop van de dag.
3. De luchtdruk is 's avonds groter dan 's ochtends.

2. Een tussenwervelschijf heeft weinig zenuwcellen. Wat betekent dat?

1. De tussenwervelschijf kan beschadigd raken zonder dat het pijn doet.
2. De tussenwervelschijf is erg gevoelig en van zodra ze beschadigd raakt, doet het pijn.
3. De tussenwervelschijf doet nooit pijn.

3. Welke positie geeft de meeste druk op de onderste tussenwervelschijven?



1.



2.

4. Welke positie geeft de meeste druk op de onderste tussenwervelschijven?



1.



2.

5. Welke positie geeft de meeste druk op de onderste tussenwervelschijven?

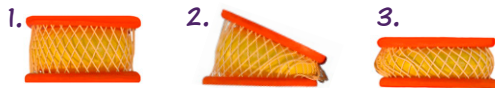


1.

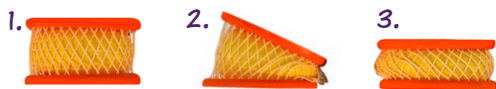


2.

6. Welke tekening toont het beste wat er gebeurt als ik me vooroverbuig en draai?



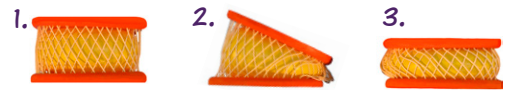
7. Welke tekening toont het beste wat er gebeurt als ik me zijlings draai?



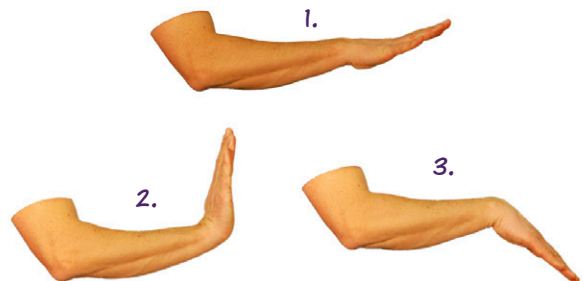
8. Welke tekening toont het beste wat er gebeurt als ik zittend vooroverbuig en me draai?



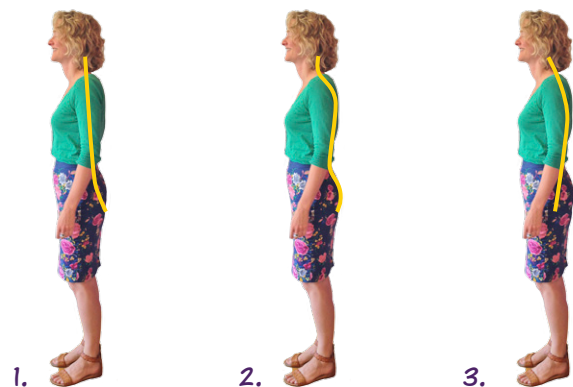
9. Welke tekening toont het beste wat er gebeurt als ik mijn hoofd naar voren buig?



10. Wat is de meest comfortabele positie voor het polsgewricht, zowel bij herhaalde als bij aangehouden bewegingen?



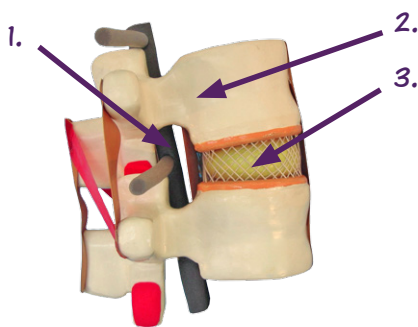
11. Welke lijn geeft de vorm van de ruggengraat het beste weer?



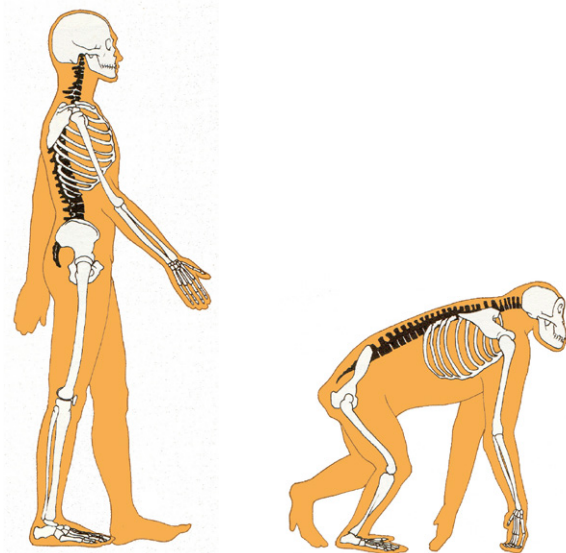
12. Wat zit er tussen 2 wervels en dient als schokdemper?

1. De tussenwervelschijf.
2. Het ruggenmerg.
3. De rugspieren.

13. Welke pijl wijst naar de tussenwervelschijf?



14. Waarom is het onderste deel van de wervelkolom bij de mens naar voren gekromd, in tegenstelling tot bij de chimpansee?



1. De wervelkolom van een chimpansee heeft meer wervels.
2. De wervelkolom van een chimpansee is strakker.
3. Opdat de rugspieren bij het rechtopstaan meer ontspannen zouden kunnen zijn.

15. Voor hun 'voeding' hangen tussenwervelschijven af van:

1. De geneesmiddelen die je voorgeschreven krijgt.
2. De bloedvaten die erdoor lopen.
3. De beweging van de wervelkolom.

16. Waaruit bestaat een tussenwervelschijf?

1. Uit verschillende bloedvaten.
2. Uit een vezelige ring en een gelatineachtige kern.
3. Uit verweven spiervezels.

17. Wat is de taak van een tussenwervelschijf?

1. Beschadigingen van de wervels signaleren.
2. Schokken dempen en de beweeglijkheid verbeteren.
3. Verstevenigen van de wervelkolom.